

韓國食譜三種

金 戈

最近，收到韓國朋友寄給我一包文件。我意外地又得了幾項韓國食譜，因為文件用一張舊報紙包着，正好是一頁家庭生活的副刊。順便就譯出來，供大家參考。

(一) 南瓜排骨 (五人份)

材料：

排骨	兩磅	青南瓜	一個，約2 $\frac{2}{3}$ 磅
胡蘿蔔	二支	醬油	1 $\frac{3}{4}$ 杯
洋蔥	二個，共約2 $\frac{2}{3}$ 磅	麻油	三大匙
洋芋	二個，共約1 $\frac{1}{4}$ 磅	白糖	二大匙
荸薺	十個	胡椒	一小匙
葱	五支	薑汁	一小匙
冬菇	五個	清水	三杯
香菇	五個	雞蛋	五個
玉黍粉			

做法：

- (一) 排骨切成二英吋長的小塊，在玉黍粉中沾裹，放在油鍋中煎黃。
- (二) 胡蘿蔔、洋蔥、洋芋，均切成旋刀塊。荸薺削去外皮。葱僅用白色部份，切成兩英吋長的葱段。
- (三) 將冬菇、香菇，用熱水浸泡片刻，洗去泥沙。與以上各項材料混和。
- (四) 醬油、麻油、白糖、胡椒、薑汁，調和在一起。倒在排骨等材料上面。在鍋中加清水後，文火燉煮至熟爛。
- (五) 南瓜切成長塊，加入肉鍋中。注意保持南瓜的青色。
- (六) 將排骨與南瓜分裝盤中，乘熱上桌。

(二) 烤雞 (五人份)

材料：

嫩雞	一隻	醬油	1 $\frac{3}{4}$ 杯
洋蔥	兩個	清水	1 $\frac{3}{4}$ 杯
生薑	一片	白糖	一大匙
青椒	五個	胡椒	一又 $\frac{1}{4}$ 小匙
蒜		麻油	三大匙

做法：

- (一) 洋蔥切絲，先在鍋中炒熟。
- (二) 嫩雞切塊，在麻油中，大火炒，並加入洋蔥絲同炒。
- (三) 醬油、白糖、胡椒以及少許麻油調和。當雞塊在低溫度烤箱中烘烤之時，可將此調味品倒在上面幾次，以合口味為止。

(三) 凉拌紅蘿蔔 (五人份)

材料：

紅蘿蔔絲	一碗	鹽	二小匙
醋	二小匙	白糖	一大匙
麻油	二小匙	紅辣椒粉	

做法：

- (一) 紅蘿蔔絲，和以鹽、糖、醋、麻油及紅辣椒粉。
- (二) 配上述排骨或烤雞同食，滋味極佳。

食道漫談

——文——

近十多年來，在臺灣的飯店、餐館有一個可喜的現象。那就是在不斷的發展，融合之中，逐漸的把中餐模塑出一個標準的型式來。我們常常和國內外的朋友談論中、西餐的優劣比較。一般的結論是：東方自然首推中國饌食精美，西洋則要數法式大餐最講究。中國菜之美在於調味以及烹調方法，可是在宴會時，常是盤碗齊上漫無章法。最可怕的是，在宴會接近尾聲時，桌上是杯盤狼藉，每人的碟碗裡面全是皮骨殘肴。使人不忍卒睹。這點可能就是中餐的唯一缺點，缺少了一些慶典的氣氛 (Ceremonial atmosphere)。

近來一些大餐廳已在這一方面大有改善。譬如說：上菜的次序，先上四色冷盤，再上熱炒等大盤，主菜奉過之後又加甜食尾點，最後水果結束。層次已甚分明。更有些餐廳在上兩道菜後，由女侍更換一次碗碟，也是一大進步。但是仍舊有一些小事情很少人去注意。例如說，對於酒杯中國人太不講究。清酒、紹興、高粱酒和葡萄酒，清一例用一種酒杯。這樣的失之過小，傾倒時常易滴灑桌上不大雅觀。再有碗箸之類，也多不重材質，缺乏高貴氣質。美食美器，素有古訓。我們似乎是已經疏忽了。飲食的禮節恐怕是中國文化裡，和「樂」同樣失傳的東西了。現在在提倡保存中華固有文化之際，亟待有些位有心人，大家來會集一堂，爽性正正式式的編出一本飲食禮節的書來，使人知所遵循。這恐怕是當前最亟之務了。